

自分のキャリアステージに応じて、自ら研修計画を立て、自ら学ぶ場を選択して、自ら学び続ける教職員

「全国教員研修プラットフォーム Plant」

文部科学省が構築した研修受講と研修受講履歴の記録を一元的に行うことができるシステムです。受講者本人が、研修申込や受講の確認ができ、多様なオンデマンド研修が受講できます。

自分のキャリアステージに応じて、重点目標を設定し、研修計画を立て、学ぶ場を選択して、自ら学び続ける教職員を目指し、「全国教員研修プラットフォーム Plant」を利用していきましょう。

各校の教育目標を具現化していくためには、学校全体で計画的に・戦略的に受講していく必要があります。各校で、受講計画を検討してから、受講の申し込みをしてください。

- 重点目標の設定
 - ・「私の研修」を活用し、職能期に対応したセルフチェックを行い、重点目標を決定することを推奨します。
 - ・Plant で重点目標を設定します。
- 研修計画の立案
 - ・校内研修の計画
 - ・校外研修の計画
 - ・校外の授業公開への参加計画 等
- 校長との面談（研修計画について）
- 受講申込
- 研修への参加
- Plant へ研修受講履歴を記録
 - ※長野市教育センターの講座は自動で記録されます
- 受講履歴の出力
 - ・受講記録とチャート図の確認
- 校長との面談（受講履歴をもとに）

校内研修

- 重点研究 ○教科会 ○メンターチームでの研修 ○Plant のコンテンツで研修会
- 授業参観 ○しなのき派遣を活用した研修 ○県教委指導主事の派遣
- 学習指導要領「総則」「各教科等」に基づく伝達および研修 等

郡市の研修

- 学習指導要領「総則」に基づく教育課程の編成や学校改革に係る研修
- 支会の研修会 ○中学校区での研修 等

長野市教育センター研修講座

- ニーズに応じた多様で質の高い研修講座
- 自らの力量向上を目指す研修（希望研修）
- 教職員のキャリアステージに応じて指定している研修（指定研修）

長野市教育委員会 学校教育課主催の研修会

校外の様々な研修

- 長野上水内教育会 研究調査委員会 夏季大学 哲学対話 研究補助 視察派遣補助
- 同好会 研修会 教材研究 講演会
- 長野県総合教育センター 希望研修 大学連携講座 生涯学習推進センター講座
- 信州大学 学会 等 出前講座 研修講座 講演会

Plant などのオンデマンド研修

授業を伴った研究会参加

- 長野市教育センター 教育研究委員の公開授業 経年研修受講者の公開授業
- 市立長野中学校 公開授業
- 長野上水内教育会 教育研究委員の公開授業 ○信濃教育会 学び創造研究会
- 信大附属学校園 公開授業 ○同好会・学会 公開授業 ○各種団体 公開授業

2 キャリアステージに応じた研修体系

職能期

キャリアステージ

目指す姿

I 基礎形成期 (経験1年～5年程度)

教科指導や生徒指導について基礎的・基盤的な力を身に付け、実践力を磨く時期。

任された業務に積極的に取り組み、よい授業や学級経営に触れ、先輩や同僚から学びながら、常に新たな視点を身に付ける。

II 伸長期 (経験5年～10年程度)

教科指導や生徒指導の力をさらに身に付け、これまでの自分の実践を見返しながら、専門性を高めていく時期。

教科や学年などのグループのリーダーとして、同僚性を高めたり、推進力を発揮したりする。

III 充実期 (経験10年～20年程度)

学校の中核となる教職員としての自覚をもち、組織マネジメントやリスクマネジメントなどの力を身に付け、それらを発揮していく時期。

チームとしての学校への貢献度を高め、校内研修の充実を図りながら、学校の教育力を高める。

IV 深化・貢献期/ 管理職期 (経験20年程度以上)

教員としての人間力をさらに向上させ、豊富な経験を活かし、多面的・多角的な視野をもって組織的な運営を推進していく時期。

学校運営や、他の職員への助言や支援、学校の教育課題の解決を行い、学校や地域全体の教育力を向上させるリーダーとしての役割を担う。

教職員
の
資
質
能
力

国

県

① 教職に必要な素養

② 学習指導

③ 生徒指導

⑤ ICTや情報・教育データの利活用

④ 特別な配慮や支援を必要とする子供への対応

B A 確 高
か い
な 倫
人 理
権 観
意 と使
識 命
と 感
共 感
感 力
及 び
確 かな
子 ども
も 理
解

C地域社会
と連携・協働
する力

D目標実現に
向け、柔軟に
対応する力

E「教育の
プロ」として
の高度な知識
や技能

1地域コミュニティの拠点としての学校づくり ※

2地域をフィールドにした学びづくり ※

3セルフマネジメント

4チームマネジメント

5危機管理

6カリキュラムマネジメント

7 教材研究

8 指導方法

9 学習評価

14 探究の学び

10 個への指導

11 集団における指導

12 ICT活用

13インクルーシブな教育
※日本語指導教育含む

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

現代
的
諸
課
題

* 1・2には新たに「地域連携によるキャリア教育」の視点を加える

初任者研修
(1年次)
初任者研修
(2年次)

キャリアアップ
研修Ⅰ
(5年目)

キャリアアップ
研修Ⅱ
(10年目)

キャリアアップ
研修Ⅲ
(20年目)

キャリアアップ
研修Ⅳ
(深化・貢献期研修)
(50歳代、60歳代)

管理職
研修

★見識・人間性 等

★学校ビジョンの構築
★人材育成(同僚性)
★学校組織マネジメント
★リスク・マネジメント

「学校組織マネジメント研修」「学年組織マネジメント研修」
初任研、キャリアアップ研修Ⅰ・Ⅱ「スタート研修」等

★授業力基礎
★授業力発展応用 等

★保育・教科等指導・授業づくりにかかわる研修
★カリキュラム・マネジメント

★学級経営力
★いじめ・不登校対応

「いじめ事案の鍵は初期対応!」「不登校児童生徒への理解と支援」
「個に応じた支援につなげる『こども理解』とは」「学級経営力向上研修」等

★ICTの活用
★情報活用能力 等

「先生もアップデート!情報モラル教育の基本」
「学校における情報セキュリティ・著作権」「生成AIで変わる!学校の働き方新常識」
等「個別最適な学びを支えるミライシード研修」「小・中プログラミングでAIの仕組みを体感」等

★特別支援教育
★人権教育 等

「インクルーシブな学校づくりⅠ・Ⅱ」
「自閉症・情緒障害学級等の授業づくり」
「知的障害学級の授業づくり」

校務にかかわる専門研修 ★専門性の向上を図るための基礎的な知識を得る講座:
特別支援学級新任担当教員・特別支援教育コーディネーター・初任者研修研修コーディネーター・部活動主任(地域クラブ担当者)・学校司書・司書教諭

3 「長野市教育センター 研修・研究ホームページ」から教職員の皆さんの学びを支援します

教育ポータルサイト内 【校務用ポータル】→【教育センター→研修講座ポータル】→【長野市教育センター研修・研究のホームページ】



補講やオンデマンド研修は、こちらから受講。ログインパスワードは、開催通知等でお知らせいたします。

「私の研修」のダウンロードや、研修講座情報一覧等で情報を掲載して、研修計画立案の手助けをします。

Plantや研修講座の関連情報や詳細情報、経年研修の手引き、資料等をダウンロードできます。

教職員のための自学自習を支援するホームページです。校内研修や自学自主研修のための教材やリンクを集めました。しのきプランⅡプロジェクト関連と、GIGA端末の活用の観点の両方から閲覧できます。

インターネット向けホームページ 【長野市教育センターホームページ】→【教職員研修研究】→【メニューから選ぶ】

長野市教育センター

トップ 概要 教職員研修

トップ・教職員研修

教職員の研修

学び続ける教職員を目指して

教職員研修 目次

1. 長野市教育の基本理念と教職員の研修
2. 長野市教育センターにおける教職員研修の基本方針
3. Plantの利用・講座申し込み等の研修講座関係資料の閲覧・ダウンロード
4. 各経年研修の手引きおよび提出書類、研修講座欠席届他 ダウンロード

3 Plantや研修講座の関連情報や詳細情報をダウンロードできます。

3 研修講座関係資料の閲覧・ダウンロード

資料種別	内容
①2026年度 研修講座関係	長野市教育センター研修講座一覧 (A4版印刷、PDFファイル)
②2026年度 重点研修情報	重点講座 (しのきプランの重点項目に深くかかわる講座) 一覧表 (PDFファイル)
③2026年度 講座詳細情報	研修講座一覧表 (講座名をクリックすると「研修講座情報シート」を閲覧できます)
④私の研修・・・研修計画補助	私の研修 Excel版 (こちらを推奨します) 私の研修 PDF版
⑤研修講座情報一覧	2026年度研修講座情報一覧 (A4版、PDF)
⑥学び続ける教職員を目指して	2026学び続ける教職員を目指して 長野市の研修体系 (A4版 資料P.D.F.)
⑦プログラム開発研究成果	カリキュラムマネジメントハンドブック (HPにリンク)
外部研修用特別リンク	教育ネットワーク外で行う研修用のホームページ

4 経年研修の手引き、届け出文書、資料等をダウンロードできます。

2028年度 長野市教育センター 経年研修の手引き・届・提出物の書式等

まとめてダウンロードを選択すると、ZIPファイルの中で日本語のファイル名がついてわかりやすいです。(ファイルを1つずつダウンロードすると、ファイル名には数字の番号がついているだけなのでわかりにくいです。)

1 初任研	01 令和8年度初任者研修の手引	まとめてダウンロード (syoninken ZIPファイル)
	02 初任者研修実施に係る調査	
	03 (様式1) 研修コーディネーターの具申	
	04 (様式2) 研修コーディネーターの通知	
	05 (様式13) 欠席 (遅刻・早退) 届	
	06 (様式14) 個人別学級別時間割表	
	07 (様式15) 年間計画書	
	08 (様式16) 校内研修報告書 初任者A (メンター方式)	
	09 (様式16) 校内研修報告書 初任者B (メンター方式)	
	10 (様式18) 校内研修実施記録	
	11 (様式19) 研修コーディネーター勤務状況記録簿	
	12 (様式31) 校外研修報告書	
	13 (様式32) 2年次研修計画・報告書	
	14 (様式34) 2年次研修対象者異動届	
	15 (様式35) 2年次研修猶予願	
	16 (様式36) 2年次研修休止願	



4 教育研究委員会授業公開への参加・研修用ビデオ教材を活用した研修の進め方

(1) 長野市教育センター 教育研究委員会公開授業の参観について

- ・教育研究委員会では、各委員会小・中1校ずつの公開授業を開催しています。
 - ・8月に公開授業の一覧と参加申し込みの案内をします。
 - ・授業を見て学ぶ貴重な機会となりますので、多くの先生方の参加を希望します。
- 研究のまとめ「長野市の教育」が、ポータルサイトにアップされています。

(2) 長野市ポータルサイト掲載の研修用ビデオ教材と研修シートの活用について

- ・長野市教員の力量向上を目指し、研修用ビデオ教材・研修用シートがポータルサイトにアップされています。
- ・各学校の実情に合わせて校内研修や自主研修等で活用してください。

《教員研修ビデオ教材・研修用シート等を使った校内研修・自主研修の進め方》



7年度公開授業 中学校国語

【校内研修編】

1. 「長野市ポータルサイト」→「校務用ポータル」→「教員研修ビデオ教材」から校内研修を行う教科を決定する。
2. 学習指導案、校内研修用シートを印刷する。
3. 校内研修用シートの観点に沿って研修を進める。

〔観点〕

☆研修用ビデオを視聴する前に（10分）

- ① 指導改善の重点・方向を確認しましょう。
- ② 単元展開を読み、単元の構想について工夫されていること・改善すること等、気付いたことを書きましょう。

☆研修用ビデオを視聴する（15分）

- ③ 本時案を読み、研修用ビデオ教材を視聴して児童生徒の姿や教師の姿から気付いたことを書きましょう。

☆研修用ビデオを視聴した後で（20分）

- ④ 校内研修用シートの観点②、③、④について、小グループで意見交換をしましょう。また、単元の構想を意識した授業改善について、感じていることや心がけていることについて話し合しましょう。
- ⑤ 授業づくりにおける自分の「強み」と「弱み」を書き出し、研修を振り返りましょう。

【自主研修編】 自主研修用シートの観点に沿って研修を行う。

教員研修ビデオ教材	
自主研修用シート	校内研修用シート
【キャリア】	【道徳】
【国語】	【社会】
【算数・数学】	【理科】
【外国語活動・外国語科】	【体育・保健体育】

授業提供：長野市教育センター教育研究委員会

